



基本動作模式

羅怡基紀念學校物理治療部
2007-08



第一部分：

基本動作模式

基本動作模式

是指組成功能活動的基本動作。

朝向中線之應用

- ❧ 建立雙手並用的能力
- ❧ 建立手眼協調的能力
- ❧ 建立對稱的活動能力
- ❧ 協助學童專注自己的活動
- ❧ 有助學習社交技巧(如目光接觸)

抓握及放手之應用

- ❧ 操作日常物件
- ❧ 協助固定身軀
- ❧ 輔助轉移位置

伸直手肘之應用

- ❧ 能伸手接觸不同角度，不同位置的物件
- ❧ 幫助探索外界
- ❧ 支撐身體作固定點或作位置轉移
- ❧ 建立自然反應，在跌倒時保護身體

髖關節活動之應用

- ❧ 髖關節屈曲時可進行坐櫈、坐地下、蹲...等動作
- ❧ 髖關節伸展時可進行站立、跪...等動作
- ❧ 髖關節交替屈曲及伸展時可進行步行、上落樓梯、爬行或其他轉移位置的活動

固定之應用

- ❧ 固定身體一部份，讓其他部份活動
- ❧ 維持一個姿勢，作下一活動的準備
- ❧ 可協助集中注意力

重心轉移之應用

在動態的活動中、按需要把重心作前後左右的轉移。

備註

上述的基本動作模式是協調及組合來應用在功能活動中。

單一的動作練習不產生功能作用。

第二部分

腦麻痺與基本動作模式

腦麻痺與基本動作模式

∩ 腦麻痺兒童的動作模式剛好與“基本動作模式”相反：

∩ 抓放差

∩ 缺乏固定

∩ 不能伸直手肘

∩ 髖關節活動不自如

∩ 中線感弱

第三部分：

姿勢

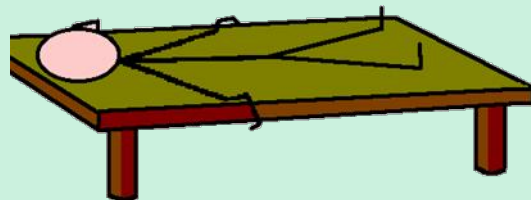
正確的臥姿

❖ 頭在中間

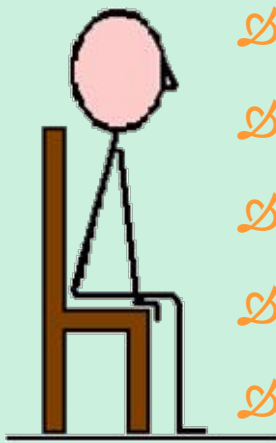
❖ 伸直腳

❖ 伸直手放在身側邊

❖ 雙手握住枱邊



正確的坐姿



- ❖ 頭在中間
- ❖ 手肘伸直，握住椅旁
- ❖ 腳分開放平、踏實地
- ❖ 髖關節屈曲/臀部移後
- ❖ 伸直腰

正確的站立姿勢



- ❖ 頭在中間
- ❖ 伸直手肘
- ❖ 雙手握住柶邊 / 梯架 / 棍 / 互握
- ❖ 分開放平雙腳，踏實地（固定）
- ❖ 髖關節伸直/臀部向前
- ❖ 伸直腰

